2024

UCLA

新生指南手册



目录



线下返校指南

课程选择

秋季主要由线下课程为主，具体课程规划可以进入MyUCLA，点击Class Planner页面查看详细的课程安排。课程的大小从20人的seminar到200人的大课应有尽有。有些lecture可能会提供录播选项，而discussion基本都为线下，并且许多都有attendance要求。

大家选课的时候可以多注意课程时间的冲突是否会影响上课或是签到，也可以关注所选的课是否也提供课后录播选项。还有一点需要注意的是各门课程考试的时间不能相撞。

签证

新生需从UCLA online portal申请I20/DS-2019表格. 并需要至少一节线下或hybrid课程来入境美国。如果因签证等原因无法入境美国, 请在秋季选课后联系学校的Dashew Center。



ORIENTATION 101

Orientation是每个new Bruin都能参加的活动。由New Student Advisor带领小组来全方位的了解UCLA。今年的orientation将在UCLA校园内线下举行。注册渠道在洛杉矶时间5月16日的3PM开始, 宝宝们可以抓紧选择自己有时间的session参加。大部分的国际生会选择开学前的3个sessions，如果是选择session 109和110，学校会给非本地学生提供Staythrough选项。学生可以交额外一笔费用（$70一晚）在orientation期间住在校园内直到开学。记得注册完之后, 需要完成pre-orientation planner, 让NSA更了解你对校园生活的期待与需求。

Session费用明细

总费用：$560
如果在deadline之前更改或取消session: $10
如果在deadline之后更改或取消session, 或决定不参加: $50



具体安排

- 选课 排课 专业计划
- 考 placement exams
- 学校政策讲座，包括校园安全，心理健康等
- 校园浏览以及校内资源介绍

流程总览

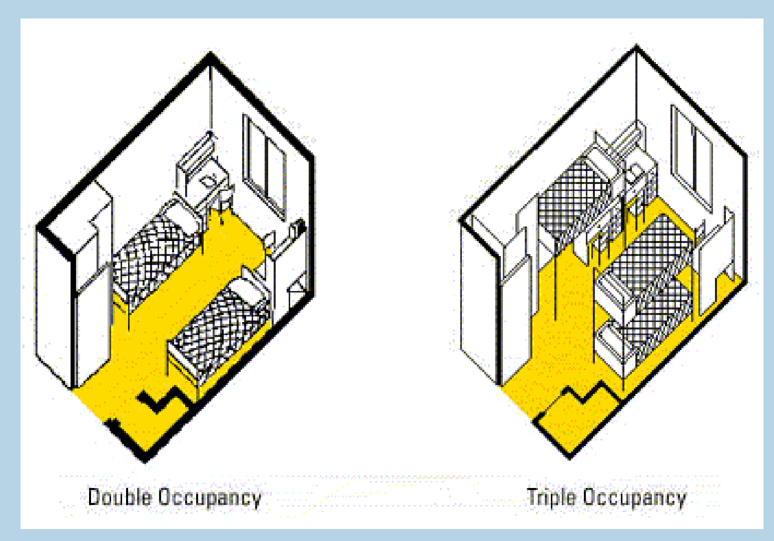
第一天:
带你了解不同角度的UCLA, 如学业环境, 教职人员, 毕业学分要求, 校园安全, 社团群体等。

第二天:
帮你计划今后的四年学业, 包括专业和选课的planning。学校也会提供各种workshop让大家更加了解校园资源, 比如honors college, travel abroad, 奖学金等等。

第三天:
选课时间！这天早上你的选课 first pass 将开启。之后会有线上校园游览及各种讲座和资源介绍。

宿舍





UCLA的宿舍区The Hills落在校园西边的一座山上。从山顶到山底，依次是Hedrick、Sunset、以及DeNeve三大区域。

房型从Shared Bath三人间到Private Bath单人间应有尽有，不过对于新生来说，普遍都会入住Private或是Shared Bath的三人间。

选择住在宿舍的好处：

1. 大一是你发展社交空间的关键时期。在大部分新生都选择住在宿舍的情况下，在lounge、篮球场、甚至洗衣房，都有可能成为你交友的地点哦。
2. UCLA Housing提供meal plan 。不同种类的meal plan分为19R, 19P, 14R, 14P, 11R, 11P, 数字的意思是一个星期可以刷几顿饭，而P (Premier)为整个学期都可以随时使用，R (Regular)为仅限当周使用，不能累计叠加到下一周。四个全美第一自助食堂可以保证你 freshmen 15~
3. 宿舍区有配套的设施，包括健身房 B-fit , 快递中心Mailing Center, 自习/休息室Study Lounge, 游泳池, 各类球场等, 并有配有每周房间打扫和宿舍楼管理的服务。同时每个宿舍楼都配有一间独立的洗衣房，里面有洗衣机和烘干机。
4. 宿舍区跟校园相连，相比校外的公寓离校区更近一些，方便每天上下学通勤。如果你在第一年不想担心买菜做饭、打扫家里卫生等等问题，可以选择住在宿舍区，即便三人间有些拥挤，也可以收获一份独特的体验。

房型比较

CLASSIC HALL

Classic Hall 是UCLA最为传统的宿舍房型。共有四栋楼：Hedrick Hall, Sproul Hall, Rieber Hall, Dykstra Hall。

Classic Hall 的最大特色是：房间较小、无空调、男女分开的公共厕所（Community Bath）。虽然这些房间不配有空调，但是在洛杉矶四季如春的
气候下空调也并不是时刻必要的。由于密度大，各个房间与楼层间的交往频繁，所以Classic Hall 传统上被视为Social 氛围最浓厚的地方。

优点：社交性强、费用低
缺点：吵闹、无空调、房间拥挤

DELUXE HALL

Deluxe Hall是Classic Hall的豪华版。Deluxe Hall分别有：位于DeNeve的Gardenia和Holly，位于Sproul的Cove和Landing，以及刚刚建成的Olympic/Centennial Hall。这里也是公共厕所，但房间明显比 Classic Hall 大一圈，而且带有空调。Deluxe Hall 的性价比可以说是所有房型中最高的。在全新的设施下，价格只比Classic Hall 贵一千左右。然而，正因为如此基本一上来就被学长学姐们抢光了。

优点：高性价比、设施齐全、空间宽敞
缺点：房型少、浴室区域公用

PLAZA

Plaza 是酒店式宿舍。大约有一半的新生会被分到Plaza ,Plaza建筑基本位于几个大区的中心地带，往往比较热闹和方便。Plaza大楼分别为：De Neve Plaza，Sunset Village，Rieber Vista，Rieber Terrace，和Hedrick Summit。这里的基调与Hall 完全不同。Plaza有空调、房型普遍较新，而厕所也分为完全独立厕所 (Private Bath) 与两房间共同厕所 (Shared Bath) 两种。Plaza 是许多 freshman 的钟爱，因为隐私程度较高。

优点：私密性较好、设施新、出行方便
缺点：房费较贵、需要打扫浴室卫生

SUITE

Suite则为套间，目前学校有两套低密度 Suites : Saxon 和 Hitch。
这些建筑都是联体别墅，通常是两个房间共用一个厕所(Shared)。
Suite 的最大好处就是有自己客厅，沙发、电视柜等一应俱全。
此外， Suite 的 Study Lounge 也是最壮观的：有自己的独立综合楼，还带有烧烤炉等派对设施。
当然， Suite 也是有缺点的：只有暖气和电扇，没有空调。Suite的价格一样是贵，与 Plaza (Shared Bath)相当。同时，Suite由于处在半山腰的位置上，通常上学步行距离较远。

优点：拥有设施、私密性和社交性兼具
缺点：步行距离远、价格昂贵、无空调

宿舍区设施：学习区域

THE STUDY

宿舍区最火爆的学习区域当属山顶的玻璃屋子 “The Study” 了。它位于Hedrick Hall 的背后，山顶食堂的就餐区域。配有带台灯和充电接口的沙发座位可供大家学习，常年保持安静，并且因为距离点餐处非常近，很适合出去吃个饭立刻回来继续学习。期末周的时候异常火爆，经常一坐就是一整天！



THE BLUE ROOM / DEN

The Study隔壁有个隐蔽的小门，号称The blue room，因为房间里配置着蓝色的冷光而得名。这个房间里提供带有隔板的单独学习位，如果你害怕和朋友一起学习静不下来，可以选择这个区域进行“自闭学习”。但也因为其得天独厚的地理位置和独特的设施，位置也非常抢手。



PRIVATE STUDY ROOMS



Hedrick, Rieber, Sproul和Olympic区域一些大楼配有可供预约的单独Study Rooms，每人每天可以预约两个小时。如果要与朋友相约学习或是一起做Project，那么每人预约两个小时，就可以享受半天的安静私密学习体验。小房间配有供记录学习的黑板和一张配有四把椅子的大桌子，一般出入需要出示预约。

预约可以前往：https://reslife.ucla.edu/reserve，
或在手机app "UCLA Housing"上点击'Reservation'预约

宿舍区设施：健身区域

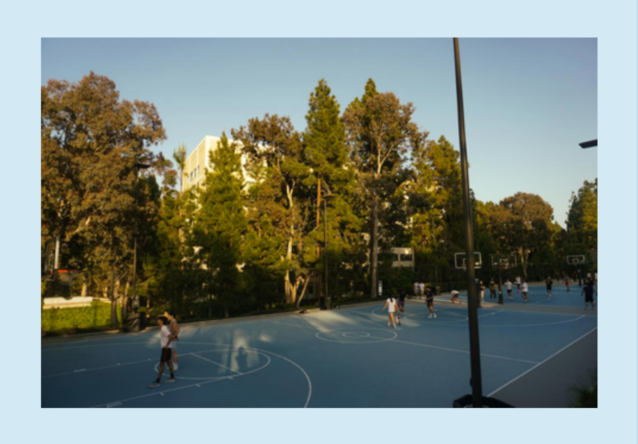
健身房

BFIT位于宿舍区的入口，健康食堂Bruin Plate的楼下。健身设施一应俱全，并且配有可以咨询的健身专员和可以存放东西的Locker。

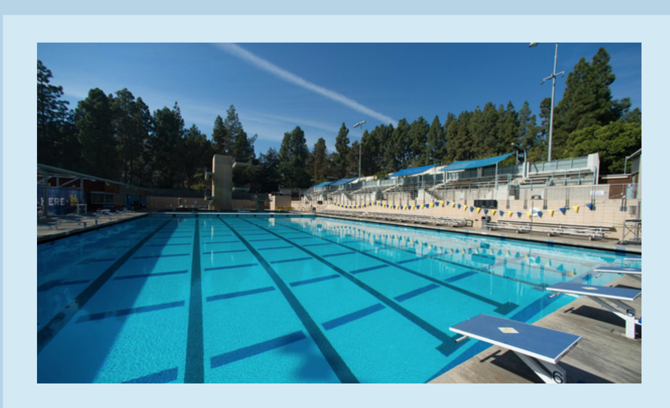


篮球场

篮球场位于Hitch Suites的一侧,不需要进行预约，找上三五好友有空的时候带着篮球进入即可。



网球场/游泳池



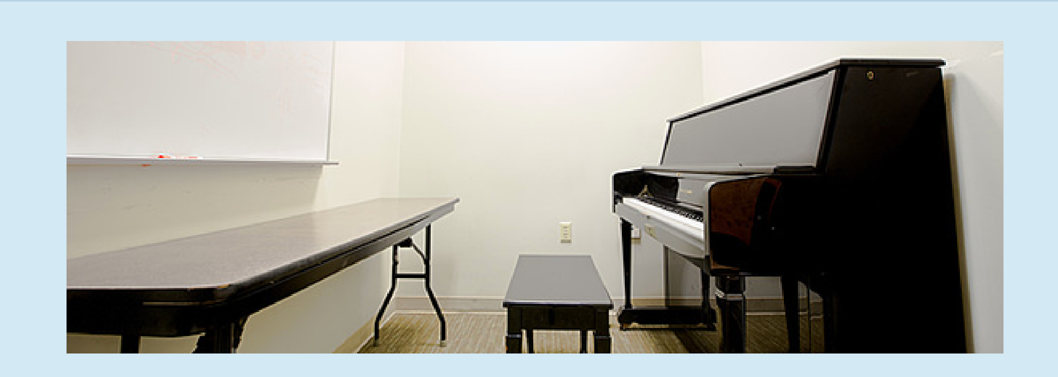


网球场和游泳池都位于Sunset Village区域。在网站上登记预约后即可游泳或者进入网球场。游泳池位于室外，如果怕冷的小伙伴可以等天气暖和一些了再预约游泳。

台球室

在DeNeve Plaza的二楼和
Hedrick Summit配有一个桌球室，
如果喜欢打桌球的同学们可以尝试去预约，
在楼下的食堂吃完饭打场台球强身健脑。

其他设施：



录音室、练琴房、电脑房、共享厨房等
（均需预约）

预约链接：
https://secure.recreation.ucla.edu/booking

找室友流程介绍

UCLA 的房间分配对新生是随机抽签制。对于第二年的老生而言，则可以自定义自己喜欢居住的地方。在 5 月底或 6 月初， UCLA Housing 告知你被分配至了哪种类型的房间，
但具体的房间位置需要到8 月底才能知晓。

你可以选择指定室友，或者选择随机分配。如果是随机分配，会根据你申请宿舍时填写的一份表格（抽烟、喝酒、整洁度、作息时间等等）来随机分配适合你的室友。你的室友可能是任何国籍、任何种族的人。你需要等到 8 月份才能得知你具体的室友名字。等待期间你不需要有任何格外操作。

如果你指定室友，需要与对方先建立联系。比如，你可以在微信27届录取群介绍一下自己，包括兴趣爱好、生活习惯等，届时对你感兴趣的人会来找你，这样你们就建立联系了。在Facebook、GroupMe、Instagram等平台寻找室友的时候要注意，你可以在自我简介中写明你的特殊习惯和对室友的要求，但请勿发表对种族或国籍（诸如“不要XX人种”、“只要XX国籍”）的评论！

可以添加小助手们微信拉你进找室友群：





和潜在室友候选人建立联系后，可以进行一个简短的聊天，以判断对方适不适合你（毕竟是要一起生活一年的人）。觉得充分自信后，你需要将你的 UCLA Housing 识别码 (ScreenName)（在申请宿舍时第一页会有标示，和你的UID无关，通常是两个字母加六个数字）发给对方。对方使用这个识别码给你发室友请求。你需要手动点击确认。

确认室友不表示会被保证分到一起。在随机分配宿舍时，电脑系统会考虑到你和你的室友并尽量把你们俩分到同一房型。但如果你和你的室友被分到了不同房型或建筑（比如你分到了双人间， TA 被分到三人间），则很遗憾，室友关系自动解除，你们俩无缘。此时你可以再根据你所分配的房型来重新寻找还没有找到室友的人。或者，你也可以静等随机室友。

关于宿舍的一些注意事项

如果对你所分配到的房型不满意?

6 月初，你有一次机会提交一份重新审核申请。很多惊天大逆转就在这里产生的！许多人最初被分到了Triple，但这一次却被分到了 Double 甚至 single 。这是为什么呢？原来，许多被分到 Single 和 Double 的人因为价格或个人因素选择放弃名额或搬到校外居住，这时名额就空出来可以分给其他人了。所以，如果你不喜欢住三人间，可以借此机会换到其他房型去。当然，这一功能不保证你能转换成功。

如果对自己的随机室友不满意怎么办?

在开学第二周，所有对室友不满意的人会聚集在一起开会，你可以和其他人协商调换房间。你需要联系自己的RA，说明情况，TA就会带你去Room Swap Activity。如果当天还没有寻找到合适的房间，可以向自己宿舍区域的supervisor发送邮件说明情况，提交换宿舍申请，日后匹配到更合适的房间。如果实在没有办法更换，也可以提交离开宿舍的申请，直接终止与UCLA Housing的合同，退回部分钱款。如果需要临时租房，建议大家提前几周确保找好了房子再进行搬家。

请注意

你的宿舍名额只有在你签署 Housing contract 后才会锁定。5 月底，你会接到通知告知你被抽了哪个房型。你需要选择接受该房型且签署 contract ，在签署 contract 时你会选择你的 meal plan （日后在食堂篇详细介绍），并选择缴费方式。

租房攻略



除了住学校宿舍，很多同学们也会在校外租房。**UCLA**身处我们俗称的**Westwood**西木区，是全美房价最高的区域之一。大部分没有车的同学们会选择在西木区附近租房，有交通手段的同学们会选择继续往远处走寻找更便宜的房源，比如**Sawtelle**或是**Culver city**这些地区。我们讲着重介绍**Westwood**地区，因为大部分同学们都希望可以从家里走路或是坐巴士就能到学校。

Westwood的学生居住区域总共有两大块。一个是校园以西，也就是**The Hill**的背后。主要有**Strathmore**、**Midvale**、**Kelton**等等路段。一个是校园以南，也就是一直往下走直到**Wilshire**。

以西的区域学生较多，公寓大多是学生公寓风格的矮楼，晚上也比较热闹。而南部的公寓楼则相对来说更为安静，喜欢住在高楼的同学们可以wilshire大道上的高层公寓。这个区域附近不仅有学生、还有许多家庭和已经工作的人住。

根据你所居住的公寓楼位置，决定了你离生活便利有多远。两个地区都离学校附近的商业街较近，外卖和购买日常用品也都是从**Westwood**的各种商店和餐厅购买。**Target, Trader Joe's, Whole Foods, Ralph's** 等等，都离南部区域更近一些，许多餐饮也在这里。而西部则距离学校更近一些。

找房渠道

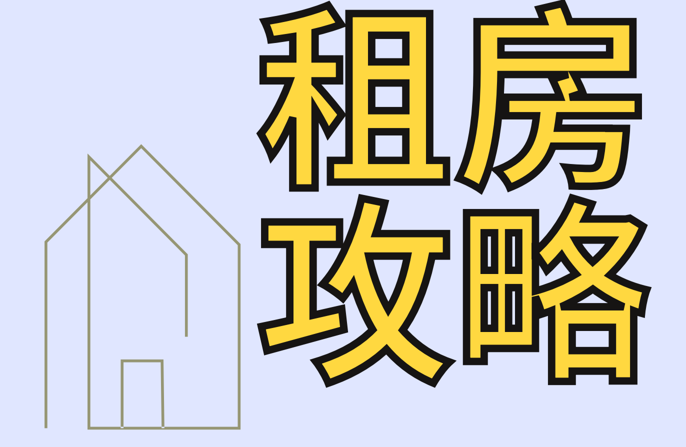
网上出租

像**zillow**、**hotpads**这种软件或是**apartments.com**，汇聚了**UCLA**附近所有的出租房源。你可以选择自己的偏好设置，并直接和房东或者是地产商联系看房。这种的好处就是你可以和房东直接联系，有问题比较方便。有的时候还可以找到**move-in special** 像 **one month free**这种惊喜。不好的地方就是价格大多偏贵，毕竟是房源本价，还容易踩雷。并且有的房东很拉跨，频繁的不回邮件信息。

和这种比较类似的，就是直接四处转转。如果你在**Westwood**，你可以去自己想住的区域附近找空房源，并给房东打电话。

链接：

zillow.com/homes/for_rent/
hotpads.com
Apartments.com





二手转租

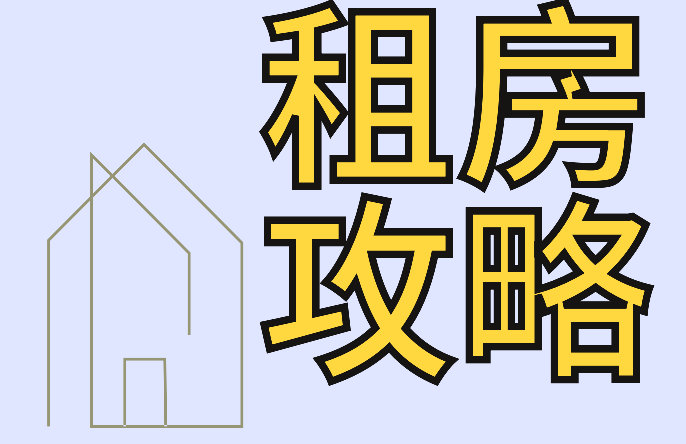
每年毕业或者准备寻找新房子的同学们大有人在，你可以选择加入转租群或**Facebook group**来寻找你想要的房子。
要注意的是，这种选择下并不是每个都能和房东直接签**lease**，有的是和转租的同学签的**sublease**。如果有任何问题，你只能选择找和你签合同的同学，通过他们来找房东，并不能直接地解决遇到的各种问题。
好处就是这种房子大多带家具，并已经有人住过，大多不会踩雷。

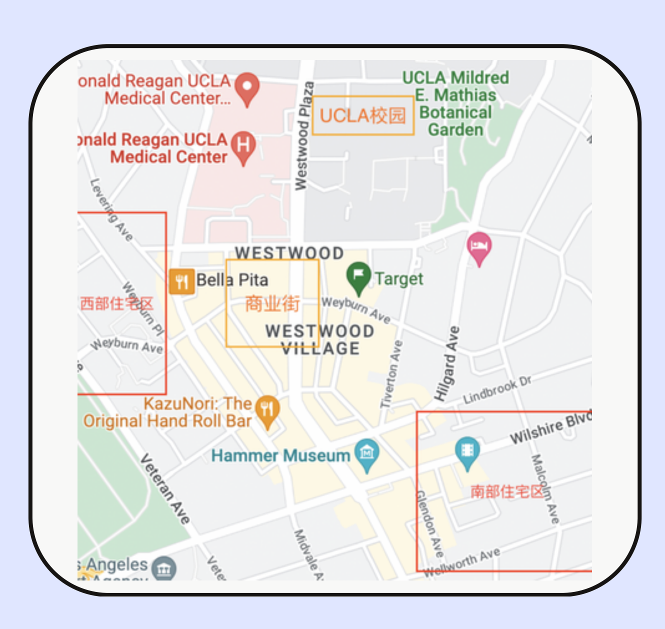
租房注意事项

如果人不在美国，怕初来乍到手忙脚乱？这里有一些基础的注意事项，希望大家在租房前可以做好checklist，确保基本的需求都满足，并留意一些到达新公寓后要做的事情。

1 关于看房
强烈强烈建议大家看房！看房才知道公寓本来的模样。网上的图片都是找好角度和光源。只有自己亲自去看房才知道公寓的面积和结构。
如果自己不在美国，可以拜托自己的朋友替自己去看看，拍摄一些实景视频发给你；或者你可以咨询在这儿住过的学长学姐。
或者是可以联系看房的中介，让他们给你拍摄一些实地拍摄的视频。

2 各项费用
有些公寓在申请的时候需要付一定数量的application fee。并且每位住户（包括你和你的室友）都需要填写。申请方式有的用online portal，有的需要你手写交给他。
在签合同之前，要和房东问好水、电、垃圾、煤气的费用。如果你需要自己付费的话，记得要在move-in之前在网上开好账户。一般是在LADWP开设水电的账户，没有SSN的话，需要通过电话预约到当地的Office开办。并且**询问房东要在什么网站开通**，洛杉矶这边有不同的选择，所以可千万别开错账户，白花钱最后还没有服务。如果没有SSN的话，服务商会收额外的押金，会在结束lease之后退还。
Westwood的唯一Wi-Fi供应商就是Spectrum。记得在move-in之前开好账户，并选择你的设备。如果你选择邮寄设备的话，要记得**提前在网上定好**，这样move-in之后就有Wi-Fi使用了。
校园附近大多公寓没有自带的洗衣机，需要和别人共享。在看房的时候要问好洗衣房的位置，并看好使用价格。同理，如果你有车的话，记得问好车位和车库的使用方法。





租房注意事项

3 入住前确认

在签合同的时候, 房东也会向你要一定的deposit。一般来说, deposit的费用是房租的等价或两倍。Deposit在房子合同结束之后会返还。如果你的公寓有损坏, 房东可能会扣除一定的deposit费用作为偿还。

在入住签合同之前, 记得查看好房内设施。如果有破碎的地方, 一定要立刻拍照, 发给房东, 以免最后退房时候产生责任归属问题。

Westwood外的公寓

Sawtelle，

素有UCLA后花园之称，是LA有名的小大阪，日式美食一应俱全，大大小小的超市应有尽有。开车6分钟到达UCLA，公交15分钟。此区域的公寓是UCLA西边性价比拉满的选择：每月平均1,200多刀，住在一个现代化装修的公寓里，还带独立卫生间。

Culver City，

称为LA艺术小资者的宝藏区域，不仅社区安静、安全系数和住户风评极佳，附近还有小公园和艺术街区。开车10分钟到UCLA，公交18-25分钟。非常适合追求小资生活的独居男/女孩。



食堂类型

自助餐食堂

The Hill目前共有3家自助食堂, De Neve, B-Plate和Epicuria。所谓自助餐食堂 - 用1个Swipe让你吃到撑。

外带食堂

Bruin Bowl, Bruin Café, Rendezvous, Feast, The Drey, The Study 则为外带食堂。和自助餐不同, 1个Swipe只能购买到一个主食+一两个配餐。

每个餐厅有不同的Combo Meals, 通常一个Combo包含：

一个主食（三明治/汉堡/面条/炒饭等）
一个Side（水果/饼干/薯片等）
一杯饮料（果汁/fountain drink）。

在计算1个Swipe能买到多少东西时也有所差异，对于其他非套餐类的食物来说，有可能一个Swipe就只能买一杯奶昔，或是一个水果杯+一杯牛奶。也就是说, 如果你点餐之后想要再加, 则需要多耗费一个Swipe。

营业时间

无论是自助餐还是外带, 每个餐厅的营业时间都不一样。通常提供早餐的餐厅会在早上7:00开门。早餐的时段是7:00 – 10:00。中饭大部分餐厅都已经开了，时间为11:00 – 15:00。晚饭则为17:00 – 21:00。有些食堂比如Study会有Extended Dinner，时间为21:00 - 24:00。

Swipe

Swipe是UCLA食堂的主要付款方式

一个Swipe可以在自助餐食堂吃到撑，也可以去外带食堂选择一份主食 + 一到两份配餐的搭配，或者来不及的时候去买一杯Smoothie来解馋。

如果Swipe不够的情况下, 大家也可以

1. 往自己的Bruin card里面充钱 （但目前一些食堂不接受直接刷卡里的钱）
2. 去餐厅门口买其他学生的Swipe

多余的swipes怎么解决?

- Swipe捐献

每学期末, 学校会宣传UCLA Swipe Out Hunger - 用你多余的Swipe去解决周围无家可归的人的温饱问题。 可以在学期末跟食堂里的工作人员进行登记。

- 兑换食物、礼品

一些食堂学期末会允许学生去兑换甜品、水等饮料食品。Bruin Café一到期末就大排长龙，全都是swipe刷不完要去进货Snack和饮料的同学们。

- 卖Swipe或者帮朋友刷

帮助吃不到Hill上美食的学长学姐解决温饱问题，造福每一个住在校外又渴望学校食物的灵魂 😇 (让我们大声说，谢谢你，山顶善人！)

Meal Plans

UCLA的Meal Plan可以分成2种, 大致分为Regular（R）和Premier（P）：
11 Regular/11 Premier
14 Regular/14 Premier
19 Regular/19 Premier
Meal plan前面的数字代表你一周可以刷Swipe的数量, 比如11代表你一周可以刷11个Swipe。

关于后面的Regular和Premier, 如果你选择了Regular的Meal Plan, Swipe的数量是按周发放, 且在同一个时间段（早餐，中餐，下午餐，晚餐）你只能刷一个Swipe。无论是否用完，Swipe都会再周日晚上清零并刷新。
相反，Premier的数量是按学期发放，且在同一个时间段不限刷的次数。每个学期结束后Swipe数量会清零，下一学期再刷新。

用R的同学们一般饮食比较规律，可以规划自己的用餐时间和餐量，价格也实惠。
用P的Meal Plan不会遭遇每周清空Swipe的情况，也可以在同一个时间段刷好几个swipe（谁不爱final week一餐刷5个swipe呢？

学姐建议

1

总体来看, P比R Meal plan的灵活度高很多。大多数学生会选择14P。如果去外带食堂的话, R的同学就不能同时享受主食和Smoothie, 也会失去Brunch和Late Night的用餐时段。
但是, 如果你是一个能严格控制你用餐时段并且每顿能坚持一餐的小伙伴 (又或者，你身边有19P的大佬愿意给你蹭的话), R的Meal Plan是一个经济实惠的选择。

2

对于Swipe数量的选择上, 一般14P为最为合适的Meal Plan(满足平时需求，毕竟嘴馋的时候也会去校外吃饭嘛), 所以19P不是个必要选择。但是如果你是一个经常会请家人、朋友来学校食堂吃饭的人的话, 那19P会更加适合你。大家还是要以个人的情况与偏好来进行最适合你的选择。

3

如果后面发现Swipe刷不完了，也可以和Housing发邮件要求切换meal plan, housing会将多余的钱退回到你的账户。

自助食堂简介

De Neve - De Neve Plaza

一个可以大大大大口吃肉的自助餐食堂

优点

● 离校区最近的自助餐食堂：也不用爬坡！！！

● 常年供应大披萨大汉堡，如果你爱美国快餐风格的菜式，这里将会是你的天堂！偶尔会有好吃的炖菜，比如南瓜泥，烤羊腿，牛肉饺子。



缺点

● 最肥的食堂之一，卡路里Upup，体重Upupup!

Bruin Plate - Carnesale Commons

UCLA能拿到全美第一食堂称号的秘密武器, 主推健康、绿色、营养、有机的食物



优点

● 据说食品都是由营养师精心搭配的！如果你正在健身或者想有健康的饮食，B-plate是你的不二去处

● 它家的水果和frozen yoghurt已经到无人不知的地步了, 水果很新鲜, yoghurt很对味

● 会有很好吃的烧烤系列，比如烤羊腿、烤牛排。

缺点

● 因为注重有机健康的理念, 很多菜都会比较清淡（尝起来就是健康的味道）

Epicuria - Covel Commons

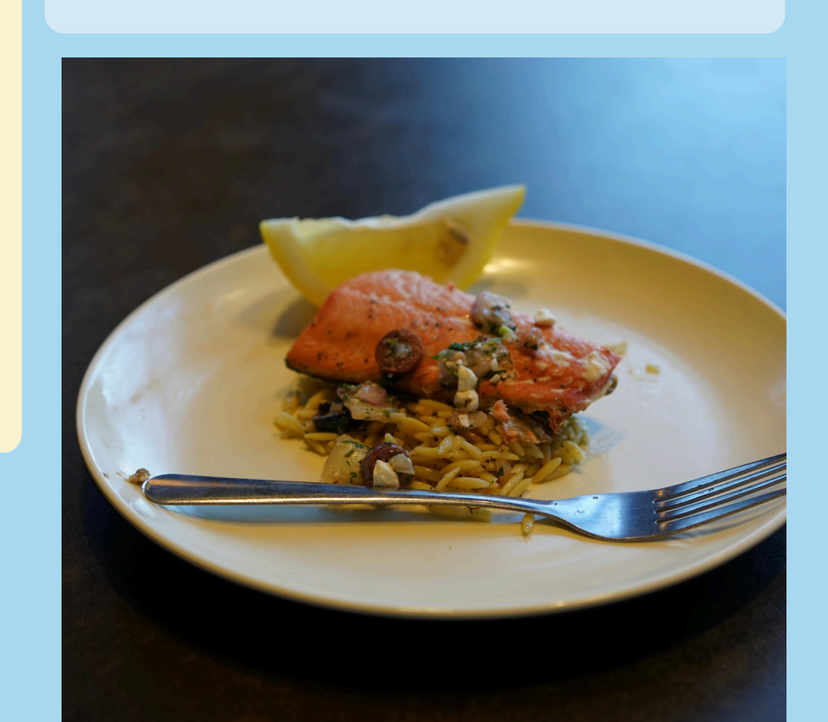
主打提供意大利和地中海风格的菜品

优点

● 有非常好吃的意面，厨师会按照你的要求现场烹制（还可以加五花肉和三文鱼等配料）
● 相对于别家的Pizza，EPI的Pizza更薄更脆。
● 甜品种类多, 味道好。Covel的Tiramisu是山上味道最好的一家，也会有酸奶冰淇淋
● 用餐环境非常舒适，放着地中海风情的BGM，有沙发座和吧台座，甚至有个包厢。

缺点

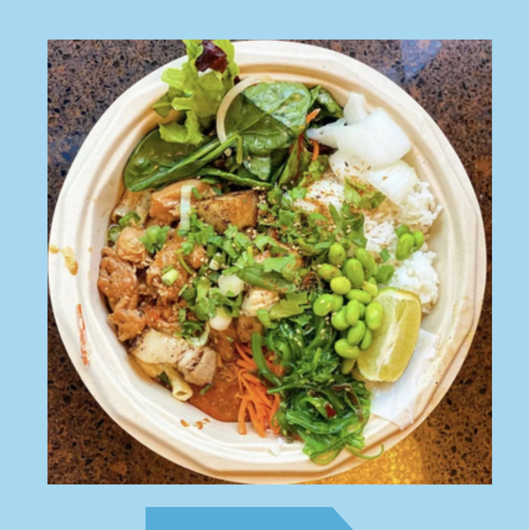
● 有时候会人很多，找不到座位，而且会有些嘈杂。
● 可能有一些菜品不符合中国人的口味，会加一些西域香料，或者太咸/太甜。



外带食堂简介

Feast - Rieber Court

全美大学神级的亚洲食堂, 供应中、日、韩、印、泰、越南、菲律宾的菜品



优点

- 十分适合喜欢亚洲菜的同学们, 平时会有石锅拌饭、咖喱饭、日式拉面等特色菜

缺点

- 配菜比较重复

BruinBowl - De Neve Plaza

位于Deneve食堂楼下的一家自助沙拉吧。每周会变换食材风格，提供亚洲、美式、墨西哥式、印度风格等等的沙拉搭配



优点

- Pan- Asian风格的时候真的非常好吃，可以吃到日式和中式的菜式，比如乌冬面和包菜
- 完全按照自己的心情来搭配，用料十足
- 非常健康，有专门制作的谷物饼干和0卡饮料

缺点

- 如果Bruin Bowl这一周排队的人不多的话，那应该就是这周的食材比较小众了（低情商：这周的沙拉不好吃 高情商：这周的食材比较小众
- 排队长的话等候时间非常的久，毕竟前面的人要一个菜一个菜的选

Bruin Cafe - Sunset Village

位于Sproul Hall和Sunset Village中间, 主打美式风格, 提供三明治、沙拉等简餐

优点

- 近校区的一个外带餐厅，早8的同学可以在赶路的途中grab and go
- 有好喝的Smoothie，可以选择芒果味或者草莓味，用料十足！
- 每周五限定Clam Chowder，放在酸面包里非常浓郁！

缺点

- Smoothie的队和等待时间有时候会很长很长很长...



Rendezvous - Rieber Court

位于Rieber Court,设立了East 和 West 两个入口, East 主打亚洲风味, West 则是偏向北美拉丁等地区的口味



优点

- East会提供不同口味的珍珠奶茶, 虽然味道 (懂得都懂), 但肯定可以解深夜想喝奶茶的燃眉之急。（会提供一切你从未听过的口味，Thai/Taro之类的）
- East每天晚上会提供限定套餐，有Pho、担担面、等等；但是中午的话只提供大锅菜，味道类似低配版Panda Express。

缺点

- 太受欢迎 (?) 队伍有时候可以从门口到Rieber Hall, 建议错峰错峰再错峰
- 分两个收银台, 想吃East的菜只能去East收银台刷, West的去West刷, 两边不能互通哦

The Drey - Olympic Hall

位于新建的宿舍楼Olympic & Centennial Court，在Hedrick的对面。是一家提供日系Bento Box和各类外带食物的餐厅

优点

- 独一份的日式Bento Box配上味增汤，冬天吃起来暖呼呼的！
- 可以不排队买到和Rendezvous一样的拉面或者河粉。
- 有各种小蛋糕、fruit cup、小饮料可以搭配，选择丰富（甚至可以买好第二天的饭）



缺点

- 不设有专门的吃饭区域，只是在Olympic Hall的楼道有一些长桌可以进行用餐，冬天好冷
- 容易一餐刷很多Swipe，毕竟蛋糕和水果杯都是单独算swipe
- 都是做好的饭放在冰箱里，需要自己去旁边的微波炉加热，相比现做的没有那么新鲜的感觉

The Study - Hedrick Hall

位于山顶的Hedrick Court，主推北欧风格的烘培菜品。每天学完习想来点一杯Smoothie，都还能看到长长的队

优点

- Craft your own系列, 可以根据自己喜好来往餐食里面加料, 有很多隐藏菜单可以去挖掘
- 餐厅外面就是Study的自习室, 可以一边学习一边享用美食
- 早餐提供很健康、很美味的Bagel with Avocado Cream！！

缺点

- 山顶爬坡的痛苦，大家都懂...



Café 1919

位于mail center的隔壁（UCLA store的对面）。饭后想吃甜品的话，这里就是最佳的选择



优点

- 这里有着不输外面的gelato！超级推荐strawberry cheesecake味
- 每天都有special的甜点
- 地理位置极佳，离几大食堂，mail center，餐车以及宿舍楼（sunset village&sproul hall）都不远，极其适合饭后嘴馋的时候散步着去买一份甜品！





缺点

- 只有周一到周四的傍晚才开

外卖

当然食堂也是会有吃腻的一天的，这时候使用外卖软件就是必备技能了！



优点

- 强烈推荐饭团外卖！不管是新店老店周围的网红小店都在上面可以找到，最关键的是可以省去餐厅排队时间（是的很夸张有时候要两三个小时）所以很多时候都会选择外卖。
- App上经常有餐厅在打折，1元奶茶，8元套餐，全场5折……建议羊毛不要错过，幸运的话还可以在校园里碰到他们送奶茶做活动，总之在你想念中餐和奶茶的时候打开它是准没错了。





Quarter System

Quarter system对于大多数UC系的同学们来说, 是一种又爱又恨的存在。简单来说，我们一年四个季节被分为了4个quarter。UCLA的每学年由三个 quarter (fall + winter + spring) 和 optional summer sessions 组成。每个quarter都在11周左右, 包括正式学习的10周和一周的final week。

也就是说, 你对每一门课程, 从陌生到熟悉, 只有短短十周的时间. 而最后一周你就要以final考试的形式来和它们说再见了, 有的课程会在第十周甚至更早举行final。一般每个quarter同学们会选择3-4门课。如果想要先利用前几个学期熟悉环境，可以选择3门GE或者是专业入门课打下基础，熟悉quarter制度的节奏。

虽然一个quarter只有11个礼拜，但是该有的Midterm和final一个都不会少，许多课程甚至会设置两个甚至三个midterm。同学们一定要合理安排时间，给自己足够的时间规划复习。同时，quarter制度的好处在于，如果你之前有许多课程内容落下了，也可以在短时间内补上。

Updated June 1, 2023

FALL QUARTER 2023	
Quarter begins	Monday, September 25
Instruction begins	Thursday, September 28
Study List deadline (becomes official)	Friday, October 13
Veterans Day holiday	Friday, November 10
Thanksgiving holiday	Thursday-Friday, November 23-24
Instruction ends	Friday, December 8
Common final exams	Saturday-Sunday, December 9-10
Final examinations	Monday-Friday, December 11-15
Quarter ends	Friday, December 15
Christmas holiday	Monday-Tuesday, December 25-26
New Year's holiday	Monday-Tuesday, January 1-2, 2024
Winter campus closure	TBD
WINTER QUARTER 2024	
Quarter begins	Wednesday, January 3
Instruction begins	Monday, January 8
Martin Luther King, Jr. holiday	Monday, January 15
Study List deadline (becomes official)	Friday, January 19
Presidents' Day holiday	Monday, February 19
Instruction ends	Friday, March 15
Common final exams	Saturday-Sunday, March 16-17
Final examinations	Monday-Friday, March 18-22
Quarter ends	Friday, March 22
SPRING QUARTER 2024	
Quarter begins	Wednesday, March 27
César Chávez holiday	Friday, March 29
Instruction begins	Monday, April 1
Study List deadline (becomes official)	Friday, April 12
Memorial Day holiday	Monday, May 27
Instruction ends	Friday, June 7
Common final exams	Saturday-Sunday, June 8-9
Final examinations	Monday-Friday, June 10-14
Quarter ends	Friday, June 14
Commencement Ceremonies 2024	Commencement website
SUMMER 2024	
Juneteenth holiday	Wednesday, June 19
Summer session begins	Monday, June 24
Independence Day holiday	Thursday, July 4
Labor Day holiday	Monday, September 2
Summer session ends	Friday, September 13

（左图为学校2023学年的校历）

Quarter Begins: 开学时间

Instruction begins: 在每个fall quarter的Week 1前，Week 0的周四是这一个学期正式开始上课时间

Quarter Ends: 最晚的放假时间（考完Final Exam就可以放假了，早考完的同学就早放假）

关于学分

不同学院对于毕业学分有不同的要求, 但总的来说, 每个UCLA本科生都必须修够最少180个学分。大多学院216个学分为上限, 要注意AP和IB成绩并不属于上限里。

如果你的专业课程可能导致你拥有比216学分更多的units, 你需要向你的advisor在学分到达上限之前申请提升你的学分上限。学分可以多, 但一定要有计划, 不然最后学分超了, 该毕业了, 课程要求却还没有满足。

大多数情况下, 一门课程为4-5个学分, 有些lab和cluster课程为6个学分, 而seminar或fiat lux则为1-4学分不等. 学分的多少跟课程内容有一定联系。一般学分越多的课，相应的课时和课后的学习时间也会增加。

各学院也要求毕业学分有一部分必须是Upper Division的课程 (课程编号为100+)，像 College of Letters and Science 要求180学分内必须有60学分是upper div的课程。所以大家在排列课程的时候, 如果不是双专业或者没有辅修, 可以计算一下自己专业的upper div课程要求是否满足毕业要求, 不够的话, 要记得额外选修其他课程来填补学分空缺。

所有关于专业课程设置、学分查询、以及GPA计算等都可以在MyUcla的Audit功能中查询到。进行Audit之后，可以看到专业要求的所有可选课程和GE的课程列表，同时可也可以看到自己AP/IB之类课程的学分兑换情况。(有一些AP/IB可能需要专门发邮件给Department进行抵换学分，这一点需要额外注意)。



GPA

从MyUCLA >> Classes >> Final Grades and GPA就可以找到自己的GPA啦。总的来说，UCLA要求每位本科生都有至少2.0的GPA, 研究生则为3.0。

当然, 不同学院有不同的要求, Honors也会有更高的要求。每个学院也对在毕业时收到的Latin Honors有不同的GPA要求, 像College of Letters and Science的最高Honor Summa Cum Laude需要本科生GPA满足3.978。

UCLA有两种成绩计算方式：
Pass/No pass或是 Letter Grade。

P/NP代表这门课的成绩将不影响你的GPA, 而letter grade则是直接按照最终成绩 (A = 4.0，A- = 3.7) 计入GPA。一般来说, 专业课程必须用letter grade来计算成绩。一些专业之前因为疫情开放了PNP专业课的选项，但是现在恢复了正常，更多专业相关的要求建议到相关专业的官网进行查询。而GE或是其他选修课则有更多的灵活性, 你也可以选择是使用P/NP或是letter grade。UCLA也有些课程, 像是fiat lux (one-unit seminar) 是只有P/NP的选择。

计分方式将在选课的时候选择, 你也可以在每个Quarter的Week 6周五之前无限转换。而之后再转换则需要进行Petition。

UCLA
COLLEGE OF
LETTERS AND SCIENCE

Calculating your GPA

To calculate your grade point average (GPA), use the chart and the instructions provided. GPA is calculated by using the following formula:

$$\text{GPA} = \frac{\text{total grade points}}{\text{total attempted units}}$$

Instructions on how to calculate your GPA

1. Identify the courses you would like to use in a GPA calculation.
2. Using the chart below, add the grade points by locating the units and grade for each course.
3. Divide the total number of grade points by the total number of attempted units.

必修课

Writing Requirements

UCLA要求所有学生完成写作课的学习。SAT成绩和AP Language/Literature成绩达到一定标准可抵消ELWR与W1, W2则是每人都必修。
共三个阶段:

- Entry-level writing
- Writing 1
- Writing 2

Diversity Requirement

学生必须上一门满足diversity的课程, 通常课程名字最后含有D的则为diversity课程. 内容一般涉及种族, 移民, 贫困, LGBTQ+等与多样性有关的主题。
详细列表可以进入Audit页面查看
你可以选择和GE重合的课程进行满足

Foreign Language Requirement

UCLA要求每个学生上至少三个quarters的外语课程。对于国际生来说, 只有提供在非英语环境学校上学的证明即可免除。
也就是说美高生和在国际学校上课的同学们无法通过成绩单抵消此要求。但任何AP语言考试类3分以上或选择考任何UCLA Language Placement Exam都可达成此要求。一般可以通过使用AP Chinese进行学分抵扣，或者去参加Mandarin Placement Exam。

Quantitative Reasoning

它只需要你SAT数学考600+, 或是AP Calc/ Stats/ Computer Science拿到3+. 没有达到此要求的同学可在orientation咨询。所以大部分中国学生其实都已经完成了。

American History

此要求旨在希望所有美国公民对美国历史与政治有一定了解. 所有F-1与J-1签证持有者可自动抵消。
绿卡及其他签证持有者只需在高中上过一年美国历史并取得B以上的成绩, 或APUSH考试成绩为3+, 即可满足。

GE 课程列表：

https://sa.ucla.edu/ro/Public/SOC/Search/GECoursesMasterList

Academic Advising

如果你还是觉得自己对学校的课程设置不太熟悉，可以联系学校的Center for Academic Advising进行进一步的资讯，可以和Counselor约一个一对一的资讯。TA会帮你规划4年大致需要如何选课，并且提供一些专业的指导。
附上学校CAAC的Four Year Plan Excel给大家，大家也可以自己进行完Audit之后填入这个表格，计算自己的学分并规划自己的选课。

https://docs.google.com/spreadsheets/d/1VeyTdiCuf2ULjr7t89a0YTnScDqwx8VG/edit?usp=sharing&ouid=103361897043520101755&rtpof=true&sd=true

GE 推荐 - 什么是GE？

General Education是UCLA的一系列涉及人文、社科、科学、以及艺术的必修课程。基本上包括各个专业的Intro级别课程，不会非常难。大部分GE提供Pass/No Pass的选项，减轻大家的考试压力。每个学院要求学生修8-10门GE课程。具体选课要求可参考下图：

	Arts and Architecture/Music	Education and Information Studies/Letters and Science/Public Affairs	Engineering and Applied Science	Nursing	Theater, Film, and Television
-	Courses/Units	Courses/Units	Courses/Units	Courses/Units	Courses/Units
Foundations of the Arts and Humanities					
Literary and Cultural Analysis	1 course	1 course	2 courses each from a different subgroup	1 course	5 courses with not more than two in any one subgroup
Philosophic and Linguistic Analysis	1 course	1 course		1 course	
Visual and Performance Arts Analysis and Practice	1 course	1 course		1 course	
Total Units for Arts and Humanities	15 Units Minimum	15 Units Minimum	10 Units Minimum	15 Units Minimum	25 Units Minimum
Foundations of Society and Culture					
Historical Analysis	1 course	1 course	1 course	1 course	1 course
Social Analysis	1 course	1 course	1 course	1 course	1 course
-	3rd course from either subgroup	3rd course from either subgroup	-	3rd course from either subgroup	3rd course from either subgroup
Total Units for Society and Culture	15 Units Minimum	15 Units Minimum	10 Units Minimum	15 Units Minimum	15 Units Minimum
Foundations of Scientific Inquiry					
Life Sciences	2 courses total: if both are from same subgroup, must be in different departments	4 courses total, 2 from each subgroup, 1 of the 4 with laboratory credit	1 course from Life Sciences	2 courses	1 course
Physical Sciences			-	2 courses	1 course
Total Units for Scientific Inquiry	8 Units Minimum	17 Units Minimum	4 Units Minimum	18 Units Minimum	8 Units Minimum
Total GE Units / Courses	8 Courses (38 Units Minimum)	10 Courses (47 Units Minimum)	5 Courses (24 Units Minimum)	10 Courses (48 Units Minimum)	10 Courses (48 Units Minimum)

Foundations of the Arts and Humanities

大部分为文科课程，需要一定的阅读和写作。学生需要对人文现象、文学作品、哲学作品、语言学研究、艺术、表演等等进行思辨和解析。

Foundations of Society and Culture

多为社科课程，主要学习各式各样的社会和文化。这些课程侧重于特定的历史、社会、政治和经济相关的主题，展示如何研究问题、收集和分析数据。

Foundations of Scientific Inquiry

主要为理科课程，如生物、化学、物理。学习内容包括宇宙起源、环境退化和人类基因组解码等。

LITERARY AND CULTURAL ANALYSIS

Chinese 40: Popular Culture in Modern Chinese Societies
喜欢中国文化的小伙伴一定不要错过！这节课考察现代中国流行文化。从小说到电影，从音乐到MTV，探讨了中国社会的发展和进化，追溯至上个世纪的流行。因为很多课程的内容大家都很熟悉，属于比较好拿分的课程。

Film and Television 4:
Introduction to Art and Technique of Filmmaking
看电影就能拿分的课谁不爱呢！这节课是电影学院的入门级课程，在学习的过程中每周会看不同类型的经典电影，非常有趣。同时，每周的课业不会很重，主要是进行电影一些内容的Quiz和一些短评和文章的写作。

PHILOSOPHICAL AND LINGUISTIC ANALYSIS

Chinese 50: Chinese Civilizations
很多中国小伙伴会选择的课程。课程主要介绍中国文化的发展和重要事件，包括早期中华文明、中国社会历史发展、民族问题、中国语言和哲学以及早期科技创新。

Linguistics 1: Introduction to Study of Language
必抢的热门课程！对于没有接触过语言学的同学们来说，这节课生动地为大家解释了语言学的意义与趣味。内容从语言结构，到方言差别，再到人类如何学会说话都有涵盖。同时，你还可以写一篇你自己的方言研究论文，甚至还可以介绍你最喜欢的Slang和网络热门语（郭语爱好者一定不容错过!）

VISUAL AND PERFORMANCE ARTS ANALYSIS AND PRACTICE

Desma 10: Design Culture

作为设计学院的入门课程，这节课主要让学生们了解设计一样作品的过程，让大家能够理解视觉语言。教授带领学生们研究影响环境设计、艺术史、以及和设计相关的经济和文化因素。是一门手残党也不怕的艺术课（不用画画）。

Japanese 75: Anime

二次元党的狂喜时刻来啦！这节课探索了日本动漫的发展史和动漫的意义。教授会带领大家看许多动漫作品，从阿童木到宫崎骏，你对二次元的理解一定会随这节课更近一个层次。

课程推荐 - FOUNDATIONS OF SOCIETY AND CULTURE

HISTORICAL ANALYSIS

Ancient Near East 15/15W: Women and Power in Ancient World

独特的历史写作课！教授会带领大家考察古代社会中女性力量如何对抗男性的主导地位，同时也会和大家一起探究为何父权社会一直持续，而女性主导的文明相对较少。上完这节课，你会对女权有更深刻的了解和全新的认知。写作作业并不难，给分也非常友好。

LGBTQ M137: Lesbian, Gay, Bisexual, Transgender, and Queer Perspectives in Pop Music

这节课主要探究20 世纪的英语流行音乐，重点关注女同性恋者、男同性恋者和其他性少数群体的创作者、表演者和观众。如果你喜欢音乐，不妨来听听性少数群体们如何在流行音乐领域表达自己，绽放自己的光彩。

SOCIAL ANALYSIS

Korean 40: Korean Wave: Globalization of South Korean Popular Culture
这节课介绍韩国流行文化及其与其他国家以及社会的影响，其中也会着重介绍Kpop之类的流行话题。如果你爱韩国文化，这节课一定是你的不二之选。

Sociology 1: Introductory Sociology
又是一节UCLA必修课！也许很多人回疑惑什么是社会学，这节课会给你所有的解答。许多社会现象会被探讨，包括人与人之间的冷漠与互助，人们社交行为的规律，等等。特别是 Prof Collett的Socio1非常值得选，内容有趣，条理清晰，并且给分非常友好。

课程推荐 - FOUNDATIONS OF SCIENTIFIC INQUIRY

LIFE SCIENCES

Life Sciences 15: Life: Concepts and Issues
不管你学过还是没学过生物，不管你确不确定自己喜欢生物，LS15是一节非常新手友好的课程。教授自己设计了一系列教学内容，生动而有趣。课堂上还会有演讲、辩论等等有趣的活动，让你对于人类的了解更深～

Statistics 10: Introduction to Statistical Reasoning
如果你真的非常不喜欢生物相关的课程，可以选择统计专业的入门课来代替。这节课的内容和AP统计非常相似，不太需要费太多功夫去钻研，同时也可以巩固自己对于统计学的理解。

PHYSICAL SCIENCES

Astronomy 3: Nature of the Universe

也许你会对洛杉矶夜晚的繁星感兴趣，或是为浩瀚宇宙的神秘着迷。这节课介绍广泛的宇宙现象，包括太阳系内外的行星、恒星、超新星爆炸、黑洞、星系等，让你对于天文学有入门级理解。

Environment 25: Good Food for Everyone: Health, Sustainability, and Culture

学腻了物理和化学？不妨来学学看环境科学。这节课介绍食品系统的基本概念让你科学学习营养学、自然资源和环境问题，农业和食品政策和法律、食品分配和获取、等等内容。

课程推荐 - WRITING II

Writing I和II都是必修课，其中Writing II不可以waive。

*所有课程课号后带W字母的为写作课

WRITING II

Scand 50W:
Introduction to Scandinavian Literatures and Cultures

一节内外公认的好课，非常抢手！上课赏析的作品基本都是一些北欧文学作品，从神话、民族史诗、传奇和民间故事到现代小说、诗歌、戏剧、短篇小说和电影。整体内容有趣简单，不会太给人负担。

Asian M60W: Introduction to Buddism

如果你对于宗教有兴趣，或想探索一下佛学究竟是什么，这节课也许很适合你。你可以了解佛教世界观和生活方式，对各种亚洲佛教传统最重要的宗教教义和冥想练习有系统性的学习。

GE课程查询链接：
https://sa.ucla.edu/ro/Public/SOC/Search/GECoursesMasterList

抵达美国前 - 签证

1

获取i-20表格

一旦提交了SIR，你就会收到一封电子邮件，其中包含申请 UCLA I-20 的说明。
* 对于转学生：在你的 SEVIS 记录发布给 UCLA 之前，DCISS 无法签发你的新 UCLA I-20。UCLA 的 SEVIS 学校代码为：LOS214F00297000。

2

支付 SEVIS I-901 费用

收到 UCLA I-20 后，在安排 F-1 签证面谈之前在线支付一次性 SEVIS I-901 费用。打印付款确认副本，以便在 F-1 签证面谈和进入美国时出示给签证官。

3

从美国大使馆/领事馆申请 F-1 签证

如果你在美国境外且没有有效的 F-1 签证（加拿大公民除外），你需要：
- 确定最方便你访问的美国大使馆或领事馆。
- 去你要去面谈的美国大使馆或领事馆的网站，并按照网站上的说明支付签证费，完成
在线 DS-160 签证申请，获取必须携带的所有必需文件的清单，并预约面谈。
- 通常面签后大概5-7个工作日就能拿到护照。保险起见大家可以提早一些做好签证相关的准备。

4

为抵达美国做准备

你需要在不迟于 UCLA I-20 上注明的开始日期之前进入美国。你可以以有效 F-1 身份进入美国的最早日期是你的 I-20 学习计划部分中注明的最早入学日期（课程开始日期前 30 天）。
* F-1 SEVIS 转学生不受 30 天到达限制。

重要日期

新生（28）checklist 重要时间点：

- 接受offer后：参加分析写作（AWPE）分班考试（2024 年夏季，AWPE 考试日期为：6 月 24 日、7 月 8 日、7 月 15 日、7 月 31 日和 8 月 15 日。）
- 5月28日前：完成新生迎新活动的迎新前规划表
- 5月28日开始：报名参加新生指导
- 5月1日-7月1日参加数学/化学测试
- 7月1日前：发送正式高中成绩单
  提交BruinCard照片
- 7月15日 :发送AP和IB考试成绩（如果有）
- 8月初：申请停车
- 9月20日：缴纳秋季学费
- 9月22日-9月29日：参加True Bruin欢迎周
- 10月1日：提交疫苗接种与体检证明
- 12月1日：提交flu和Covid-19疫苗接种或拒绝证明



26转校生：

- 接受offer后：参加英文作为第二语言分班考试
- 6月6日前：完成新生迎新活动的迎新前规划表
- 6月6日开始：报名参加新生指导
- 7月1日前：发送2024 Spring前正式成绩单
  提交BruinCard照片
- 7月15日 :发送AP和IB考试成绩（如果有）
- 8月初：申请停车
- 9月1日：发送夏季课程正式成绩单
- 9月20日：缴纳秋季学费
- 9月26日：秋季课程开始
- 9月22日-9月29日：参加True Bruin欢迎周
  = 10月1日：提交疫苗接种与体检证明
- 12月1日：提交flu和Covid-19疫苗接种或拒绝证明



疫苗要求



新冠疫苗接种

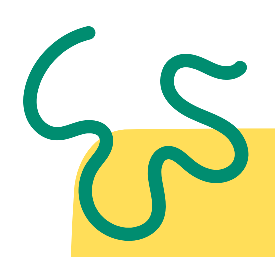
所有符合健康要求的学生需要全程接种疫苗。如果你已经打过两针，并且第二针的日期超过了半年，则需要进行加强针的接种。如果你在半年内得过新冠，则可以在新冠痊愈后的半年接种加强针。

*注意：如果你已经在国内接种了国内的疫苗，学校将不会同意让你重新在学校接种Pfizer/Moderna/J&J的第一和第二针，只会给你加强针。如果你想要重新开始接种一系列美国当地的疫苗，你需要查阅清楚副作用，并前往洛杉矶的药房（https://www.vaccines.gov/）进行预约。



流行性感冒（Flu）疫苗

在 8 月 1 日至11 月 1 日（截止日期）之前接种一次流感疫苗基本上是UCLA的惯例。
大家可以等到达后在Immunization Fair接种，或是在11月前与学校的诊所进行预约。小伙伴们也可以前往CVS/Rite Aid等药房进行预约。



加州大学免疫政策

该政策目前适用于所有居住、学习或因任何原因来到校园的新生（本科生、毕业生、转学和重新录取）。受保人必须出示对麻疹、腮腺炎、风疹、水痘（水痘）、TdaP 和脑膜炎 ACYW（适用于 21 岁以下人士）的免疫力证明以及结核病 (TB) 风险筛查。加利福尼亚大学允许仅基于作为疫苗接种禁忌症的医疗状况豁免这些免疫接种要求。如果你缺少了这些疫苗之中的任何一针，可以等到达学校后立刻去学校的Immunization Fair进行接种。

以上所有规则都可以通过登陆 Ashe Center Patient Portal进行查阅，在Immunization栏目处，有详细的checklist。



线上完成 iSTART @UCLA

iSTART @UCLA 是一个由三部分组成的流程，主要是向国际学生介绍UCLA的一系列规则和流程：
(1) 创建 Dashew 帐户
(2) 完成在线 iSTART Orientation
(3) 抵达后前往网站进行状态登记

如果你没有按时完成 iSTART 的要求，你的学生记录将被 DCISS 暂停，这将影响你课程注册、获得校园服务和大学资源的资格。未能完成你的值机要求也会对你的签证状态造成严重后果。

填写地址、电话号码和电子邮件

所有 F-1 学生都必须在加州大学洛杉矶分校学习期间始终保持有效的美国本地地址、海外地址、美国电话号码、海外电话号码和电子邮件。
抵达UCLA后，登录MyUCLA，点击“设置”，然后点击右上角的“Official Email/Address/Phone”，在UCLA系统中更新联系信息。

Pre-Arrival Information

Step 1: Obtain a UCLA I-20

Step 2: Pay the SEVIS I-901 Fee

Step 3: Apply for an F-1 Visa from a U.S. Embassy/Consulate

Step 4: Prepare for Your Arrival to the U.S.

Step 5: Arrival to the U.S.

前往官网查看更多信息：
https://internationalcenter.ucla.edu/f-1-students/newly-admitted

缴费

UCLA有许多缴费方式，其中包括线上转账、线下交款、电汇、第三方支付等等。你可以通过MyUcla的Bruinbill专区查看自己的缴费记录和缴费金额。下面为大家介绍几种不同的交款方式。

通过 MyUCLA 在线支付

在你的 BruinBill 登录页面上，从顶部功能区中选择“付款”。你就可以到达付款页面。在线支付必须在当天的下午 5:00 （洛杉矶时间）之前完成，才会显示为当日的支出，其中包含了三种不同的在线支付方式：



1. 电子支票（E-check）
用美国银行卡里的美金支付是最建议使用的，因为你可以在避免服务费的同时，非常快速方便地付款。你的付款会立即到账，但是你必须拥有美国银行支票或储蓄账户。具体关于Echeck的账户信息，在美国开户时都会打印在纸上发给你。

2. 信用卡/借记卡
通过这个方式的付款也会立刻发布，每笔付款收取 2.75% 的交易费。

3. 外币
这种支付方式专为国际学生而设，这是一种方便的汇款方式，并在选定的时间段内获得可比的汇率。选择“外币支付”并按照提示操作。

线下付款

如果你就在UCLA附近，你可以前往在位于 1125 Murphy Hall 的收银处亲自付款。亲自付款必须在下午 4:00 之前完成，才会显示为当天受理。
你可以使用纸质支票、银行本票或汇票付款。接受现金，但作为个人安全预防措施，学校建议不要使用大额现金付款。不接受本人使用信用卡/借记卡。

将邮寄付款发送至：
UCLA Payment Solutions & Compliance Office
Box 957089, 1125 Murphy Hall
405 Hilgard Ave.
Los Angeles, CA 90095-7089

缴费注意事项

1. 检查姓名与UID
不论用哪种方式, 记得写好自己的名字和九位数的UID, 以防出现任何问题

2. 检查款项是否到账
付款后记得检查款项是否到账, 尤其是如果使用需要时间处理的缴费方式。
如果费用未能在截止日期前到账, 也可向学校发送已转账截图, 避免被学校收取 late fee

3. 算好缴费所需时间
同理, 如果你选择的不是立即到账的缴费方式, 记得算好缴费时间, 让费用能在截止日期前到账

4. 学费只能按学期付
不同于大家可以自由选择怎样分期付食宿费, 学费只有按学期付这一选项.
截止日期一般在费用更新的下个月的20号下午五点. 如果是线下缴费, 则为四点。如果不及时付学费的话, 学校将会在学生的MyUCLA账号开启hold, 有可能会影响选课

5. 尽量不要超额支付
学校不接受多付的费用, 任何多余费用将会退还给付款账户或以支票方式退还。BruinBill 提供 Refund Deposit 这一选项, 可以把多余款项退还给同学们所填写的银行账户, 比如自己的美国银行账户, 而非境外付款账户



为保证留学生学习生涯的健康与安全，学校会强制为每位留学生提供学校医疗保险（UCSHIP）。这份保险将直接被包含在学生账户中，与其他入学费用一同扣除。

一般UCSHIP会Cover大部分看病和急诊(包括疫苗、检测)的费用，详细关于 UCSHIP会包含的各项权益可以前往这个网站查看：
https://www.studenthealth.ucla.edu/insurance

牙科：
承保公司：Delta Dental
自付额：$25
赔付最高上限：$1000/person each plan year
其他service会有相应的赔付比例

医疗：
承保公司：Anthem Blue Cross
药房网络：OptumRx
自付额：$300/人/年
赔付比例：80%
最高自付上限：$3000/人/年
保单赔付上限：无上限
预防性项目：100%
青少年眼科牙科：包含

眼科：
承保公司：Anthem Blue
视力检测：$10/次
镜框：最高赔付$120美金，超出部分赔付20%
镜片：$25





UCLA学校官方也允许留学生们使用被认可的Student Medicover保险来Waive（豁免）学校保险。我们CSSA今年医疗保险的合作商Student Medicover拥有更优惠的价格，相比学校保险可最高省下4200美金。同时保险计划的保障条款优越，并提供多平台24小时中英双语服务，是众多UCLA同学的选择。
SM保险购买链接：smcovered.com

	年保费	年自付额	赔付比例	免费新生入学疫苗	中英双语客服	免费线上问诊
学校保险	$5,571(研究生) $3,202(本科生)	$300	80%	✓	✗	✗
SM保险	$2,195	$0	90%	✓	✓	✓

如果你购买的留学生保险符合保险的替换要求，你需要在**9月25日**前上传自己的保险资料，避免被学校自动扣掉学校保险的钱，也避免双重保险。

Ascend是北美最大的Pan-Asian非营利性专业商业类组织，专为北美亚裔商业人士以及企业服务。而Ascend UCLA属Ascend LA分社，与Ascend LA的professional关系密切，是UCLA校园里非盈利的商业类学生社团之一。我们专注于为学生提供专业的社交平台和商业指导项目，包括模拟面试、商业沟通、软件应用等，并同时提高学生的领导能力，有助于学生更优秀地进入商业领域。





Chinese Cultural Dance Club(CCDC)是UCLA唯一一个中国舞社团。不管你有没有中国舞经验，我们欢迎所有感兴趣的同学一起参与多支舞蹈的排练并在学年末共同完成Lotus Steps的演出。





哈喽👋这里是大吉他社（东四乐队）！虽然社团名叫大吉他社，但我们其实是一个乐队社团：活动内容主要包括日常排练和上台演出。欢迎所有热爱音乐希望参加乐队的同学加入我们！
一两句想说的话：这同时也是一人喊一声就能组成一支五人小队参加Hackathon（编程马拉松）并拿奖的奇妙组织！
联系人：请添加负责微信“huodx-wechat”获取更多招新信息（请备注大吉他社）！



Eclipse 月镜是一个由UCLA本科生创办的东亚文化研究与交流平台。我们每个quarter开展2-3个east asian topics的mini research project，以一个集体的形式来完成，最终以推文的形式展出我们的成果。同时，月镜还计划开展读书分享会，东亚课题讲座，东亚电影赏析等活动，在东方主义刻板印象仍未根除且充斥着对AAPI社群敌意的年代，略尽绵力在世界传播东亚精微文明。月镜由UCLA历史系的Andrea Goldman和Richard Von Glahn 担任学术顾问。



Global Entrepreneurship Society at UCLA (GES @ UCLA) 是UCLA的华人创业协会，前身为3 Day Startup at UCLA。我们创办过为期三天的创业集训营，与投资企业联合举办Case Competition，邀请到著名创业公司的企业家的Networking Events，与GES成员们的创意构思和Startup Pitches，还有各种有趣的创业项目，workshops，和projects来带给成员们更多的hands-on experience。





Eta Omega Chi是全美唯一的华人商业兄弟会，现有40+ active brother，50+ alumni。HOX致力于打造一个拥有凝聚力的大家庭，为其正式成员提供社交、职业发展、学业等多方面的助力。校友的职业领域跨越金融、咨询、data、传媒、创业、法律、生物等多行业，大量校友现就职于国内外顶尖投行、咨询、科技公司等，他们宝贵的经验与人脉资源都将成为每一位HOX成员独享的内部资源。作为学生启蒙商会，HOX以培养企业家与成员凝聚力为目标，致力于建立一个华人精英圈层。欢迎来自不同背景且对商科领域感兴趣的同学的加入！





UCLA社团介绍

In Transcription.@UCLA 是 UCLA 目前唯一的华人生命科学社群，旨在通过共享各类学术及职业发展资源，帮助社群内的同学们共同学习成长、建立深厚的友谊。在过去一年中，InT 举办了 5 场生物领域专家分享活动、9 场科研研讨会，撰写分享了 10 篇行业研究报告、12 篇校内资源整理推文，并定期举办暑研申请和 Grad School 申请分享活动，为大家的职业发展助力。由 InT 主办的年度 BioHackathon 活动吸引了 64 名选手参加，分享自己的科研想法与成果。欢迎感兴趣的朋友们关注微信公众号 InT UCLA Chapter，了解最新活动资讯！



ModernX成立于2015年，是UCLA目前最大的华人街舞社，舞种风格广泛，包括kpop、urban、hiphop、jazz等。ModernX曾多次参加CSSA春晚，举办专场演出，并受邀参加校外演出。自成立以来，累计举办和参与了30+场演出，观众累计突破4k。同时，翻跳视频在各大视频平台上突破了150万的播放量。X代表着无限可能，我们期望在接下来的一年可以继续筑建一个更紧密的dance community，带来更多风格多元的舞蹈作品。





Rye致力于建立跨领域的职业信息交流平台以及长期稳定的友谊。这是一个Family，成员都经过精心选拔规使保持规模精简。





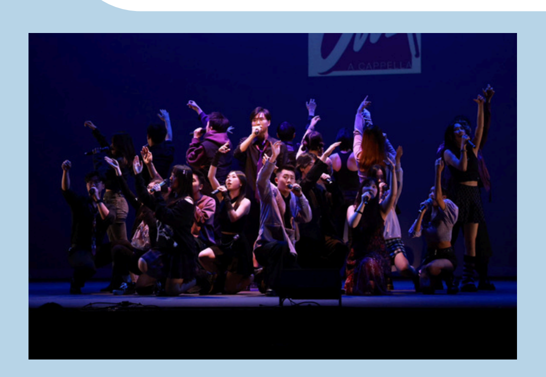
UCLA社团介绍

思凡剧社是南加州地区最大的中文学生剧团，为热爱戏剧的中国留学生们搭建舞台，提供港湾，是一个温暖有活力的大家庭。自2012年建社以来，思凡以每年两部大戏的速度成长着，已有二十三部大戏演出，包括刚刚落幕的春季大戏《红玫瑰与白玫瑰》及秋季大戏《南极》。除大戏以外，思凡每年还会举办其他活动，包括2021年在北京举办的暑期“36小时戏剧创作”活动产出的《人间三部曲》、2022春季的视频技术workshop、2023春季的演员workshop、以及今年在CSSA春晚带来的小品《男上加难》。





SouLA A Cappella，2013年成立于洛杉矶，是UCLA最大的华人纯人声合唱团。SouLA一直注重成员和作品的多样性，目前已经以阿卡贝拉的形式改编和演绎过很多不同语种和风格的歌曲，包括但不限于华语、英语、日语、韩语、俄语等语种；戏曲、Jazz、Rapping、C-pop、K-pop、J-pop等种类。欢迎新Bruins加入SouLA这个温暖的大家庭和我们一起收获快乐，用人声来谱写属于我们最有趣的乐章！



联系方式：
微信公众号：SouLAAcappella
b站：Soula阿卡贝拉
ins：soulaacappella
Email：soulaacappella@gmail.com



UCLA中国民乐团成立于1998年，是一支致力于传播中华音乐和文化的乐团。民乐团成员每个学期（包括暑期）可以选择学习传统乐器和声乐，涵盖二胡、琵琶、筝、阮、笛箫、葫芦丝、鼓、古琴、戏曲等，并会在期末进行公演，无需基础即可加入。学生同时可以注册进Ethnomusicology 68或168，并按照自己规划选择一学分或两学分。





除此之外，还有：
CSPF - 先锋，包容，创新的中国留学生公共论坛与写作平台
Mental Health Protection - 为中国留学生们提供心理知识科普和运用
PeerUp@UCLA - 朋辈心理咨询社团！欢迎各界朋友加入我们～
司南计划 - UCLA留学生的求职mentorship公益平台

洛杉矶景点

Sawtelle

Sawtelle又称小大阪，是距离UCLA最近的一个日本商圈。如果你喜欢二次元百货，各式日本料理，亚洲料理，一定要找时间打卡！还有非常好吃的网红可丽饼和鲷鱼烧等你来体验。

Griffith Observatory



Griffith是位于市中心的一座天文台，前往天文台俯瞰整个洛杉矶全景的游客永远都络绎不绝。不论你是俯瞰清澈的LA清晨，还是静观洛杉矶美丽的落日和夜景，这里是最好的选择。

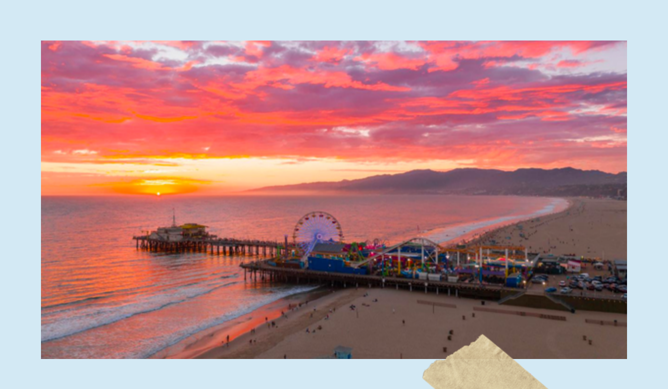
Beverly Hills

比佛利的山庄应该是能够显示洛杉矶慵懒和富贵的最合适地段了。当你来到比弗利山庄，你将会体验精致的下午茶和令人十分享受的奢侈品购物。



Santa Monica

西海岸最有名的海滩之一非Santa Monica莫属。带着好友吃着海鲜，漫步在细沙浅浪之间，你一定会爱上这个距离学校只有15分钟车程的美丽海滩。



Palm Springs

作为卡戴珊一家都经常去度假的地点，棕榈泉距离洛杉矶只有一个多小时的车程。每年冬季都可以去去泡温泉，享受惬意的生活，是西海岸许多人梦寐以求的生活方式。所以棕榈泉也成了许多人度过圣诞的不二去处。



Big Bear Lake

虽然洛杉矶从不下雪，但是加州人最喜欢的滑雪胜地大熊湖距离LA也并不远，开上三四个小时的车，你即将见到美丽的湖泊和一片非常适合滑雪的冰天雪地。

Joshua tree

这片被列为国家级公园的荒漠是所有洛杉矶人都会在天气晴朗时打卡的Joshua Treeo 如果你想住在小木屋里仰望满天的星辰，一定要在万里无云的日子在这里小息几天。



CSSAUCLA

